



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE - FACES
CURSO DE PSICOLOGIA

**A ACEITAÇÃO INCONDICIONAL NA
REESTRUTURAÇÃO DO SELF**

José Carlos Calvo Villar

Brasília
Julho/2010

José Carlos Calvo Villar

**A ACEITAÇÃO INCONDICIONAL NA
REESTRUTURAÇÃO DO SELF**

**Monografia apresentada à Faculdade de
Ciências da Educação e Saúde – FACES
do Centro Universitário de Brasília –
UniCEUB como requisito parcial à
obtenção do título de Psicólogo**

**Orientador: Prof. M.Sc. Frederico
Guilherme Ocampo Abreu.**

**Brasília
Julho/2010**



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE - FACES
CURSO DE PSICOLOGIA

Esta monografia foi aprovada pela comissão examinadora composta por:

Prof. Frederico Guilherme Ocampo Abreu

Prof. Otávio de Abreu Leite

Prof. _____

A menção final obtida foi:

Brasília

Julho / 2010

Agradecimentos

Após cinco anos de inúmeros ensinamentos recebidos na busca de uma formação, que hoje percebo como uma das escolhas mais bem acertadas da minha vida, sinto-me movido a agradecer, em primeiro lugar, a Deus, fonte de inspiração, pai e cuidador, em quem posso apoiar-me e buscar tantas vezes orientações para minha própria vida.

À minha esposa, Mônica, e aos meus filhos, Rafael, Felipe e Ana Paula, que muitas vezes me escutavam pacientemente, enquanto partilhava minhas novas experiências como acadêmico, além de suportarem alguns finais de semana sem uma presença mais assídua, o meu mais sincero muito obrigado. Valeu, pela paciência.

Aos meus irmãos, que sempre me apoiaram e, em especial, a minha irmã Lidya que, além de minha querida madrinha, é um exemplo a se seguir enquanto pessoa, mãe, irmã e profissional da área de Psicologia.

Aos meus amigos e colegas e em especial à minha amiga Juliane que, de uma forma ou de outra, participaram comigo nessa jornada.

Aos meus professores do UniCEUB, por sua dedicação e carinho. Fiquei muito feliz em conhecê-los. A cada um, particularmente. Obrigado pelos inúmeros ensinamentos e paciência.

É um agradecimento especial, póstumo, aos meus pais. A meu pai que nem sabia da minha intenção de voltar a estudar quando se foi, mas que com certeza teria sido um entusiasta nessa minha nova carreira. E a minha mãe querida, que me acompanhou até o nono semestre, sempre me motivando e, como toda boa mãe, já me considerando o melhor psicólogo de todos os tempos. A vocês dois, meus amores, agradeço e ofereço este minha nova empreitada.

*“Amai-vos uns aos outros.
Como eu vos tenho amado,
assim também vós deveis
amar-vos uns aos outros.”
(João 13, 34a)*

RESUMO

A aceitação incondicional é um tema que, por ser fundamentado de acordo com a visão humanista de Rogers, bem como pela forma que a pessoa humana é concebida pela sua teoria, pode ser explorado e estudado com vistas ao crescimento do homem e a reestruturação do seu *self*, de forma que este último atinja sua auto-atualização de forma plena. Com a subjetividade e singularidade de cada pessoa, entende-se que o tema possa ser bem aproveitado, não somente por profissionais já formados, como pelos terapeutas em formação, podendo assim atender a diferentes demandas, de acordo com a necessidade de cada cliente. A expansão da compreensão da teoria rogeriana será trabalhada para que, tanto no meio acadêmico como em áreas clínicas, sejam aceitas e utilizadas em benefício do cliente. Serão trabalhadas as *atitudes facilitadoras* no contexto do processo terapêutico, detalhando com ênfase a *consideração positiva incondicional*, anteriormente denominada de *aceitação incondicional*, no processo de formação do *self* da pessoa humana, e na reestruturação desse *self* no contexto terapêutico, além de destacar-se pontos importantes da teoria da personalidade de Rogers. Concluir-se-á com a apresentação da história clínica e da história de vida do cliente, demonstrando, por meio da discussão da evolução do processo terapêutico, situações vividas pela participante do estudo de caso, em que a atitude facilitadora da aceitação incondicional contribuiu, chegando a ser ponto central na reestruturação do *self*, em meio ao processo que atravessava, de quebra da harmonia e de vínculos na estrutura familiar.

Palavras-chave: abordagem centrada na pessoa, aceitação incondicional, consideração positiva incondicional, reestruturação do *self*.

SUMÁRIO

Resumo	v
Introdução	8
1. CAPÍTULO I – FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	12
1.1. A Abordagem Centrada na Pessoa	12
1.2. As Atitudes Facilitadoras no processo terapêutico.....	14
1.3. A Consideração Positiva Incondicional	20
1.4. O <i>Self</i> e a Teoria da Personalidade de Rogers	25
1.5. O Desenvolvimento da Personalidade	28
1.6. As fases do processo terapêutico rogeriano	31
2. CAPÍTULO II – MÉTODO DE PESQUISA	33
2.1. Procedimentos Metodológicos	33
2.1.1. Pesquisa Qualitativa e Estudo de Caso	33
2.1.2. Aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa	35
2.1.3. Dados do Participante	35
2.1.4. Forma da Coleta e Análise dos Dados	35
3. CAPÍTULO III - HISTÓRIA CLÍNICA E HISTÓRIA DE VIDA DA CLIENTE	37
3.1. Síntese da História Clínica	37
3.2. História de Vida do Cliente	37
3.3. Situações Específicas	39
4. CAPÍTULO IV - EVOLUÇÃO DO PROCESSO TERAPÊUTICO	42
5. CAPÍTULO V - DISCUSSÃO E AVALIAÇÃO DO CASO	46
Considerações Finais	50

Referências	52
Anexos	53
Anexo 1 – Comitê de Ética em Pesquisa UniCEUB	53

Esta pesquisa visa analisar as relações vividas pelas pessoas dentro do contexto terapêutico, a partir de uma das premissas básicas de Carl Rogers, qual seja a *aceitação positiva incondicional*, como condição estruturante e facilitadora para crescimento pessoal e conseqüente consolidação da auto-imagem.

A posição de Rogers (2009) sugere que as pessoas devem ter a liberdade de escolher, e devem tomar decisões baseadas em suas próprias experiências. Circunstâncias desfavoráveis podem limitar o desenvolvimento da pessoa, como por exemplo, um amor cheio de condições vindo das pessoas que são mais importantes para ela. Por outro lado, existindo condições favoráveis, a maioria das pessoas pode restabelecer suas tendências de atualização. O amor condicional leva à neurose, o amor ou aceitação incondicional conduz ao crescimento.

Rogers (1974) considera a natureza humana primariamente positiva, ou seja, somos seres positivos, nascemos assim e podemos atingir a nossa auto-atualização desde que não desenvolvamos problemas mais graves nos nossos sentimentos e comportamento, a partir das relações sociais.

Rogers (2009) defende a aceitação do que o cliente disser, no aqui e agora. Confia que o ser humano, encontrando um ambiente acolhedor tende ao desenvolvimento. Sai de uma postura defensiva, e pode experimentar internamente seus sentimentos. Assim se baseia a sua terapia.

É da opinião que a interpretação do terapeuta não ajuda em nada. Essa é função do próprio indivíduo, de compreender-se e conseguir expressar o seu íntimo de forma clara e em direção ao autoconhecimento (Rogers, 2009).

Com relação aos pontos de vista da natureza humana básica, Rogers e Kinget (1977) confirmam que as pessoas são naturalmente orientadas para o crescimento, portanto, existindo condições favoráveis poderão alcançar a realização plena. Esse indivíduo auto-

realizado, não depende dos ditames e regras sociais. É um indivíduo socializado, ajustado e respeitoso às normas sociais, mas independente.

Para não perder o amor incondicional das pessoas que são importantes, que são referência, também conhecidas como pessoas-critério, os indivíduos acabam abrindo mão da própria liberdade de experimentar o crescimento. Com isso, vai se construindo um *self* com os valores das pessoas-critério e não com os próprios valores. Quando o *self* é construído de valores introjetados, não consegue atingir a autenticidade (Rudio, 1975).

Assim, a terapia rogeriana trabalha para que o cliente consiga reconstruir o seu *self*. O terapeuta cria oportunidades para que o indivíduo possa experimentar o que pensa que é. Como muito do que ele pensava que era, na verdade os outros é que eram, o terapeuta passa a facilitar assim o processo de reconstrução do *self* desse indivíduo para que ele seja quem de fato é (Rudio, 1975).

Com relação aos pontos de vista sobre o papel da sociedade, Rogers (2009) a vê de uma maneira geral, como rígida e restritiva. Por um lado, as pessoas-critério impondo os seus valores e muitas vezes chantageando os indivíduos a serem fieis a eles. Por outro, a sociedade com suas normas, leis e regras que “devem” ser seguidas.

De acordo com Rogers (2009), o processo terapêutico é uma forma de fazer com que o indivíduo viva as experiências não vividas. Falar de situações passadas no *setting* terapêutico faz com que o indivíduo vivencie essas experiências, descobrindo-se como verdadeiramente é, trazendo seus sentimentos para a consciência e enxergando o que deseja mudar. É o sair do estado de rigidez para o de fluidez.

A partir dessas noções básicas, partimos para um estudo de caso, com o objetivo de analisar a *aceitação positiva incondicional* na relação terapêutica, como condição estruturante e facilitadora para o crescimento pessoal e consequente consolidação da auto-imagem.

Para atingir esse objetivo, são necessários alguns detalhamentos, como por exemplo, o estudo e análise da consideração positiva incondicional como atitude facilitadora no processo terapêutico, a caracterização das demais atitudes facilitadoras do psicólogo no processo terapêutico, como a compreensão empática, a congruência e a autenticidade. Além disso, analisar-se-á no âmbito do estudo de caso, a relevância da aceitação incondicional para o crescimento pessoal, acompanhando a evolução do processo terapêutico, conforme as fases da teoria rogeriana, e finalmente, será realizada uma discussão fundamentada na teoria da Abordagem Centrada na Pessoa, com base nas informações registradas nos atendimentos.

A aceitação incondicional é um tema que, por ser fundamentado de acordo com a visão humanista de Rogers, bem como pela forma como a pessoa humana é concebida na sua teoria, pode ser explorado e estudado com vistas ao crescimento do homem e a reestruturação do seu *self*, de forma que este último atinja sua auto-atualização de forma completa. Com a subjetividade e singularidade de cada pessoa, entende-se que o tema será bem aproveitado, não somente por profissionais formados, como pelos terapeutas em formação, podendo assim atender a diferentes demandas, de acordo com a necessidade de cada cliente. A expansão da compreensão da visão humanista, e especificamente da teoria rogeriana, será trabalhada para que, tanto no meio acadêmico como em áreas clínicas, sejam aceitas e utilizadas para maior benefício do cliente.

Nos capítulos que se seguem, apresentar-se-á uma síntese da Abordagem Centrada na Pessoa como teoria base para o estudo em questão. Destacar-se-á as *atitudes facilitadoras* no contexto do processo terapêutico, com ênfase na *consideração positiva incondicional*, anteriormente denominada de *aceitação incondicional* no processo de formação do *self* da pessoa humana e na reestruturação desse *self* no contexto terapêutico. Além disso, destacar-se-á pontos importantes da teoria da personalidade rogeriana, em especial em que se fundamenta a base dessa teoria.

Em seguida, será apresentado o método de pesquisa utilizado, com a aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa, a descrição dos dados do participante, a forma de coleta de dados utilizada para o presente estudo, e a respectiva análise desses dados.

Concluiremos com a apresentação da história clínica e da história de vida do cliente, demonstrando, através da evolução do processo terapêutico, situações vividas pela participante em que a atitude facilitadora da aceitação incondicional contribuiu, chegando a ser ponto central na reestruturação do *self*, dentro de um processo que atravessava de quebra da harmonia e de vínculos em sua estrutura familiar.

CAPÍTULO I

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

1.1. A Abordagem Centrada na Pessoa

Para se falar de *aceitação incondicional* faz-se necessário realizar um breve histórico da Abordagem Centrada na Pessoa de Rogers e conseqüentemente, discorrer um pouco sobre a história da Psicologia como ciência.

Inicialmente, a psicologia se desenvolve baseada em duas escolas principais. São elas a Psicanálise e o Behaviorismo. No início do século XX, começa a surgir uma terceira escola, denominada de Humanismo que tem como base filosófica a matriz fenomenológica. Conforme Figueiredo (1989), essa escola parte do princípio de que todas as pessoas nascem de forma bem estruturada e positiva, como um sujeito pensante.

Considerando que tem como fundamento o estudo do ser humano, é conhecida como uma ciência humana e não como uma ciência natural, como é o caso do Behaviorismo. Os objetivos e métodos são diferentes de uma ciência para a outra. A unicidade, complexidade e imprevisibilidade do ser humano não são óbvias. Dessa forma, não se estuda por meio de uma ciência natural. O comportamento sim é óbvio (Rogers & Kinget, 1977).

O Humanismo tem como base o homem, fonte de todos os atos, livre para fazer suas escolhas e, portanto, se caracteriza como uma ciência de atitude fenomenológica. Esse modelo, fenomenológico, humanista e subjetivo, é o que vê o homem como um ser complexo que, com a mudança da sua percepção interna, terá como consequência a mudança do seu comportamento. De acordo com Rogers (2009), no Humanismo ocorre um processo inverso do Behaviorismo que considera o homem como um organismo passivo, governado por

estímulos fornecidos pelo ambiente externo. O homem tem seu comportamento controlado, por meio dos estímulos do ambiente. O homem funciona como uma máquina.

O Humanismo, e mais especificamente a abordagem rogeriana, de forma inversa ao Behaviorismo, não trata o problema ou a doença. Trata o homem pleno, holístico, de modo não intervencionista e não diretivo. No Humanismo, é o indivíduo que busca a sua própria harmonia, o que deixa, portanto, a técnica em segundo plano. Na abordagem centrada na pessoa, o principal é a relação. Existe a disposição de se sacrificar a precisão, para se estudar os fenômenos que não podem ser medidos (Rogers & Kinget, 1977).

Dessa forma, Rogers traz para o campo da Psicologia uma nova visão sobre a forma de se desenvolver uma ciência humana, o que chamou de “verdadeira ciência psicológica”. Afirmar que enquanto ciência, a Psicologia, da forma como vinha sendo desenvolvida no início do século XX, estava caminhando para trás. Só se pensava em números e estatísticas para se tentar estudar a Psicologia como uma ciência. A partir do momento que pode ser estudada e desenvolvida como ciência humana, retornou ao caminho de uma ciência significativa (Rogers & Rosenberg, 1977).

Pode-se dizer que o ponto central da abordagem rogeriana está baseado na capacidade e na tendência do ser humano de “compreender-se a si mesmo e de resolver seus problemas de modo suficiente para alcançar a satisfação e eficácia necessárias ao funcionamento adequado” (Rogers & Kinget, 1977, p. 39). Capacidade essa que pode ser entendida como a tendência à atualização do organismo que necessita de relações não questionadoras e cobradoras, mas sim de relações sinceras, baseadas na aceitação incondicional do outro e, portanto, não ameaçadoras.

Nessas relações, tanto terapeuta como cliente, tem um papel importante de colaboração para que o relacionamento possa ser chamado de terapêutico. Ora o terapeuta, ora o próprio cliente, fazem o papel de intérpretes do inconsciente. Não é parte exclusiva do terapeuta.

Esses papéis se entrelaçam. Na terapia rogeriana, é do cliente o papel de exploração e interpretação do *self* e, de acordo com Rogers e Kinget (1977), as interpretações que o cliente faz durante a terapia, podem mudar com o passar do tempo. Isso é muito comum. O terapeuta o ajuda nesse trabalho, a partir das suas reiteraões e reflexões, mas principalmente através de sua aceitação positiva incondicional.

Conforme Rogers e Kinget (1977), a relação entre terapeuta e cliente “é, pois, um tipo de relação em que a significação e os efeitos são determinados por certas qualidades – ou verdadeiramente terapêuticas, ou simplesmente sentidas como agradáveis e estimulantes” (p. 120), ou seja, relações que dependem da existência de uma qualidade positiva de afeto, sem a qual podem até deixar de existir, e ao mesmo tempo não suficientes para produzir os efeitos terapêuticos esperados.

1.2. As Atitudes Facilitadoras no processo terapêutico

Dentro do processo terapêutico, algumas atitudes do psicólogo são de suma importância para o desenvolvimento do cliente em busca de auto-atualização. Uma delas, a que corresponde ao tema desta pesquisa, é a *consideração positiva incondicional* ou *aceitação incondicional*, e será tratada no próximo tópico. A seguir, serão comentadas outras *atitudes facilitadoras*, como a compreensão empática e a autenticidade do terapeuta, todas interligadas e necessárias ao processo. Só se compreende empaticamente quando se aceita incondicionalmente e se a relação não for autêntica, pode não existir a compreensão. Os ingredientes são dinâmicos. Ou existem todos ou não existe nenhum, pois a falta de um interfere na presença de outro.

Para que exista o diálogo terapêutico, uma das condições primordiais é que terapeuta e cliente se entendam, se compreendam. Na abordagem rogeriana, a compreensão empática,

marca posição de destaque por sua importância. Não é somente a compreensão das palavras ou o que essas significam. É uma atitude acompanhada de sentimentos, como afetividade, simpatia e acolhida (Rogers & Kinget, 1977).

A compreensão não verbal é o tipo de entendimento ou apreensão em que as expressões físicas, como por exemplo, um gesto corporal, uma alteração no timbre da voz ou até mesmo uma forma de olhar, podem dizer mais ou diferentemente do que as palavras que estão sendo proferidas. Esse tipo de expressão é utilizada pelo terapeuta como um processo auxiliar da compreensão no *setting* terapêutico (Rogers & Kinget, 1977).

De acordo com Rogers e Kinget (1977), a compreensão verbal pode aparecer de diversas formas dentro do processo terapêutico. Sobre essas formas gerais de compreensão, afirmam: “Uma delas é superficial e puramente verbal; outra é lógica ou propriamente intelectual. Em seguida existem as formas especializadas ou psicológicas. A mais conhecida é a compreensão psicodinâmica ou de diagnóstico; a outra... é a forma empática” (Rogers & Kinget, 1977, p. 124).

A compreensão puramente verbal é a que “quase não ultrapassa o nível das palavras” (Rogers & Kinget, 1977, p. 124), ou seja, o cliente se expressa de forma descritiva, muitas vezes com detalhes que pretendem demonstrar seus sentimentos e entendimentos, mas que não trazem a realidade da sua experiência no assunto colocado. Na compreensão lógica, que satisfaz as necessidades racionais do indivíduo, toda a sua fala fica logicamente encadeada, e acaba sendo menos tensa do que uma simples afirmação. A compreensão dinâmica, também chamada de interpretação, ocorre em um nível terapêutico em que o terapeuta, por meio de intuições e analogias, deduz ou interpreta, a partir das informações passadas pelo cliente.

A compreensão empática não é uma interpretação como a compreensão dinâmica. É uma apreensão dos dados apresentados pelo cliente, a partir do seu emocional. Permite que o cliente se assimile mentalmente, se perceba como verdadeiramente é ou deseja ser. De acordo

com Rogers e Kinget (1977, p. 127), “ela lhe permite modificar esta imagem de si mesmo conforme as mudanças que se operam nele durante a terapia”. O cliente se percebe e se for necessário, se corrige.

A compreensão empática para Rogers e Kinget (1977) é sentir o mundo privado do outro como se ele fosse o seu, mas mantendo a qualidade do “como se”. Diz que se deve ser sensíveis o suficiente para ver através dos olhos de outrem, para mover-se em direção ao mundo de seus sentimentos e sentir como ele se sente, para que se possa, não só entender os significados que estão na superfície, como os subjacentes mais profundos.

Rudio (1975), explicando a afirmação de que o caminho da compreensão vem de dentro, cita que para isso deve-se apelar para o que significa compreensão empática. A empatia ocorre quando o terapeuta sente com o cliente as experiências manifestadas por ele, colocando-se no seu lugar, para tentar perceber seu mundo subjetivo como o próprio cliente o percebe. O terapeuta deve estar atento nas entrevistas para buscar não entender o cliente de acordo com seus próprios critérios, mas sim apreender o sentido que o cliente dá e entende de si próprio. O importante é compreender o que o cliente procura dizer, através de palavras, gestos e mímicas, buscando significar, de forma pessoal, o que ele expressa. O julgamento dessas manifestações do cliente é inapropriado.

Conforme Rogers e Kinget (1977), a compreensão puramente verbal é necessária no entendimento e no processo terapêutico que visa o crescimento e o restabelecimento psíquico. No entanto, a compreensão intelectual, de causas e efeitos ou de outras relações lógicas ou históricas, é dispensável. A tomada de consciência é menos significativa, dentro do processo, que o grau de mudança no modo de percepção do cliente, ou seja, na imagem que ele faz de si mesmo. “Nestes casos, importa, principalmente, que o terapeuta se abstenha de perturbar o processo subjetivo em que o cliente se acha mergulhado. Se o terapeuta se abstém de

interrupções e de intervenções deste tipo, o cliente tenderá a retomar sua coerência” (Rogers & Kinget, 1977, p. 131).

Quando se fala de autenticidade, reporta-se à verdade, da mesma forma que quando se fala em congruência na comunicação se fala de autenticidade. Quem é autêntico é verdadeiro.

Rudio (1975) cita que, quanto maior a congruência interna para uma melhor comunicação, melhor a comunicação externa. E isso é necessário para um bom terapeuta, ou seja, uma comunicação congruente. Diz:

Fala-se em comportamento congruente para indicar a harmonia, a integração entre os três níveis: experiência – consciência – comunicação. Isso unifica a pessoa: o que ela experimenta, representa. O que representa, comunica. A pessoa torna-se “transparente”: pelo que ela comunica pode-se “ver” sua consciência e pode-se “ver” sua experiência (Rudio, 1975, p. 92).

Nos relacionamentos sociais, fala-se o que os outros querem ouvir. Rudio (1975) cita que as pessoas fazem uso de falsidades e enganos de uma forma “lícita”. Já no processo terapêutico, onde as incongruências do cliente precisam ser percebidas, para que possa avaliá-las, e assim entrar no processo de autenticidade, a congruência do terapeuta é fundamental. Quando o cliente deposita confiança no seu terapeuta, consegue se abrir em uma comunicação franca, que o ajuda no caminho da auto-atualização.

Rudio (1975) coloca ainda que a congruência do terapeuta é exigida dentro do processo terapêutico, mas que o terapeuta não tem como medi-la. Com isso, pode acontecer do terapeuta entender que está sendo congruente com o seu cliente, mas na verdade não está.

A partir dessas afirmações, o autor afirma que a sinceridade entraria de forma a acertar essa inconsistência do processo. Agindo sinceramente, o terapeuta estaria “‘convencido’ de que o sentimento representado e comunicado (comunicação = consciência) é realmente o que ele experimenta (consciência = experiência)” (Rudio, 1975, p. 97).

É de forma congruente que o terapeuta, se utilizando da sinceridade, poderá ajudar o cliente a “entrar no seu próprio processo de congruência” (Rudio, 1975, p. 98).

Nesse ponto é necessário que se fale sobre a *liberdade experiencial*. É essencial que na psicoterapia, o indivíduo encontre espaço propício para expressar seus sentimentos, sem receio de que o terapeuta faça julgamentos. A liberdade experiencial é fundamental, pois o indivíduo sentirá que não há necessidade de negar ou modificar aquilo que sente para manter a afetividade das pessoas-críterio (Rogers & Kinget, 1977).

O indivíduo se sentirá livre quando puder expressar seus sentimentos, pensamentos, emoções e desejos, independente das regras e normas que organizam o meio ambiente (Rogers & Kinget, 1977). O exercício da liberdade é importante para o crescimento natural do homem, uma vez que a postura deixa de ser guiada por forças extremas que o indivíduo não tem controle, e passa a ser algo que a pessoa opta e é responsável por realizar.

A idéia central para o humanismo é o crescimento, e o potencial de crescimento é da natureza humana. É a busca da auto-atualização. A pessoa cresce quando tem liberdade experiencial, não a liberdade do “fazer o que eu quero”, mas uma liberdade que se relaciona essencialmente com a experiência, ou seja, com os fenômenos internos. É o que se sente e não o que se faz. É a liberdade que faz com que o indivíduo se sinta livre para reconhecer e elaborar suas experiências e sentimentos da forma que os entende. Desse modo, ele não se sentirá forçado a negar suas opiniões e modificar sua forma de agir, somente para ser aceito pelas pessoas que são importantes para ele (Rogers, 1974).

Como exemplo, podemos citar um adolescente quando sente uma forte atração sexual. Ficar excitado é uma experiência que faz parte de seu crescimento como pessoa. É preciso que esse adolescente tenha essa experiência ainda que seja mental. Ingenuamente, ele conta para a mãe ou no colégio, vindo em seguida uma punição, dizendo, por exemplo, que tal atitude é pecado ou não deveria estar acontecendo com ele naquele momento. O adolescente

passa a ver uma simples excitação como uma coisa má. O que pode acabar fazendo para evitar situações desagradáveis como essa? Deixa de expressar seus sentimentos silenciando ou negando-os. Pode lhes dar uma aparência indireta, ou ainda recorrer à tática mais vantajosa socialmente, que consiste em dizer exatamente o contrário daquilo que experimenta. Assim, dissimulando e disfarçando seus sentimentos para conservar a afeição das pessoas que lhe são importantes – as chamadas pessoas-critério –, acaba por não reconhecer mais seus verdadeiros sentimentos.

De acordo com Rogers (1974), esse processo pode levar a uma neurose, pois o adolescente vai buscar uma maneira de manter o amor dos pais, ou das pessoas-critério e para isso terá que reprimir seus sentimentos. O problema é que quando a pessoa reprime um sentimento verdadeiro, expondo um falso, até consegue resgatar o amor das pessoas-critério, porém, em detrimento de sua liberdade experiencial. Esse fato, somado a outras experiências, faz com que esse indivíduo não seja mais ele próprio, e se anule.

Na visão rogeriana, os problemas são causados pelas obstruções. É exatamente esta alienação do indivíduo em relação à sua experiência vivida que constitui precisamente a personalidade neurótica. Se os pais ou as pessoas-critério educam sem anular o *self*, estarão proporcionando à criança liberdade experiencial, oportunidade de estar no processo de vida plena. De acordo com Rudio (1975), a obstrução é a violência ao direito do indivíduo de expressar algo que lhe é significativo. No início, a pessoa se vê ameaçada simplesmente pelo fato de manifestar a sua experiência. Interiorizando naturalmente essa ameaça, “o que era somente proibido de expressar transforma-se numa autoproibição de representar na consciência” (Rudio, 1975, p. 39).

A princípio, a pessoa não pode expressar seus sentimentos e depois, entra em um processo de repressão, de não poder nem pensar. A autoproibição de representar na consciência, referida por Rogers, é nem poder pensar. A pessoa começa a fazer julgamentos

pessoais pensando como julga pensar a pessoa-critério. Começa a julgar importante o que a pessoa-critério considera como importante. Somente quando o indivíduo for capaz de fazer discriminação entre seus valores e os dos outros, e aceitar e vivenciar essa discriminação, é que o desajustamento deixará de existir (Rudio, 1975).

Rogers e Kinget (1977) citam ainda a tolerância. A tolerância incondicional, no sentido de que o cliente será ouvido em tudo que julga conveniente falar. Sejam assuntos simples do dia-a-dia, sejam formas de evitar falar de algo da sua intimidade, ou mesmo a exploração de sigilos pessoais que precisam ser ditos. O cliente precisa dessa liberdade para excluir do seu processo de crescimento qualquer tipo de angústia que o faça se comportar de uma maneira defensiva.

Quando o cliente percebe que pode se expressar de qualquer forma, sem se preocupar em como suas palavras estarão sendo recebidas pelo seu terapeuta; que pode demonstrar suas ansiedades e desconfianças, escondendo às vezes informações que não deseja expressar durante a sessão; e que tudo isso não muda a forma como o terapeuta o recebe; acaba por se sentir à vontade e “pouco a pouco ele se descobre – no duplo sentido da palavra” (Rogers & Kinget, 1977, p. 132).

1.3. A Consideração Positiva Incondicional

O processo terapêutico rogeriano é olho no olho. Da mesma maneira que o cliente se expõe, o terapeuta também se expõe. Dessa forma, a aceitação incondicional passa a ser base da verdade dentro do *setting*. O aceitar uma pessoa que escolhe e pensa diferente do que o terapeuta escolheria ou pensa, não pode ser uma atitude apenas externa. O terapeuta deixa de lado seus juízos de valor, despe-se do seu *self* e oferece a seu cliente a liberdade experiencial.

A aceitação incondicional vai envolver dois pontos principais que são o reconhecimento de cada ser humano como um todo, único, e o reconhecimento das diferenças individuais. Rogers (1974) enfatiza que o terapeuta precisa reconhecer os sentimentos e atitudes expressos pelo seu cliente, sem julgamentos pessoais, independente dos seus valores morais. Ele deve receber atitudes ou sentimentos, quer o agrade ou o não, com a mesma incondicionalidade.

Rudio (1975) afirma que “todo ser humano precisa de consideração positiva” (p. 39). Ou seja, todo ser humano precisa se sentir querido, aceito e respeitado da forma como é. A aceitação positiva incondicional é exatamente esse reconhecimento sem comparações, ciente de que cada um é totalmente único no mundo.

É comum considerar que as pessoas, de maneira geral, deveriam pensar, sentir e agir da mesma forma que nós mesmos, como se todos pensassem e sentissem da mesma forma nas diferentes situações que ocorrem na vida de cada um. Essa diferença de cada pessoa lhe dá o direito de utilizar sua experiência da maneira que lhe é própria, e de descobrir o seu próprio significado nela (Rogers, 2009).

Segundo Holanda (1998), a consideração positiva incondicional é a forma ideal de aceitar e de perceber o outro. É aceitação e interesse pelo ser do outro. Entende que quando o cliente busca uma terapia, traz consigo toda uma história de vida com experiências boas, mas também, com experiências de rejeição. É nesse sentido que o cliente vem buscando uma auto-aceitação na relação terapêutica.

Deve-se enfatizar que aceitar incondicionalmente não quer dizer o mesmo que concordar ou discordar de sentimentos, pensamentos e atitudes do cliente. O importante é aceitar tanto os sentimentos positivos, quanto os negativos, sem valorizar um mais que o outro (Rogers & Kinget, 1977).

O ser humano nasce com uma série de necessidades, e deve desenvolvê-las, que são consideradas básicas para o bom funcionamento fisiológico e mental, ou seja, para a

realização organísmica. Dessas necessidades, uma delas é a de ser amado. Rudio (1975) diz: “O ser humano vive em um processo natural de desenvolvimento que parte dele próprio e se completa com a satisfação adequada das necessidades básicas” (p. 83). Essa necessidade de ser amado faz com que a pessoa espere dos outros, e principalmente das pessoas que são significativas, esse amor especial.

Conforme Rudio (1975), esse amor incondicional pelo outro, leva a um acolhimento tal que, não somente o que ama, mas também o que é amado, saem da posição em que se encontram, para uma posição de unidade, partilhando suas formas próprias de amar e serem amados. Migra do amor primitivo, para um amor experimentado, testado, e que tem na sua base a cultura e a sociedade nas quais está inserido. É o aceitar o outro, com responsabilidade, da forma como ele percebe e sente o mundo a sua volta, e com base no que o outro pode oferecer. Esse “interesse desinteressado” (p. 85) leva a um relacionamento efetivo e a uma comunhão necessária e positiva entre o cliente e o terapeuta.

Como é colocado por Rudio (1975), as pessoas significativas são aquelas das quais esperamos esse amor incondicional ou essa consideração positiva, indicando a necessidade de sermos amados. Rudio denomina esses de pessoas-critério. Na infância são nossos pais ou cuidadores. Depois, as professoras, os amigos, as esposas ou esposos, enfim, pessoas que acolhem, nos respeitam e nos aceitam como somos.

Rudio (1975) afirma que quando o cliente sente esse amor incondicional por parte de seu terapeuta, quando percebe que tudo o que o terapeuta sabe sobre sua vida, sobre o seu pensar e existir, não altera a forma de sua aceitação e do respeito por sua individualidade, ele se torna autêntico, sem fingimentos ou mudanças artificiais em seu pensar e agir.

A partir da aceitação incondicional percebida, o cliente começa a se aceitar. Esse fato pode gerar dois efeitos. O primeiro, positivo, é a de que, em se aceitando, o cliente inicia o processo de autotransformação e conseqüente auto-atualização. O segundo, que pode ser

considerado negativo, é o de que, em se aceitando como é, ou seja, não rejeitando a si e a seus desvios, o cliente acredita que poderá se acomodar e não crescer, o que é um engano (Rudio, 1975).

Segundo Rudio (1975), “enquanto não se aceita como realmente é, o indivíduo sente-se ameaçado por si mesmo e vive defendendo-se de si. E para se defender, distorce ou nega experiências, formando um conceito inadequado de si” (p.88). Ao contrário, aceitando-se como é, percebe-se responsável pelo próprio crescimento dentro do seu próprio dinamismo.

De forma a esclarecer este ponto, Rudio (1975) cita Marian Kinget:

O que o indivíduo parece sentir na terapia é a experiência de ser amado. Amado, não de modo possessivo, mas de uma maneira que lhe permite ser uma pessoa distinta, com suas idéias e sentimentos e um modo de ser que lhe é exclusivamente pessoal (p. 88).

O cliente procura a terapia de forma a poder partilhar sua vida. Assim, quando encontra um ambiente em que não se sinta obrigado a mudanças, ou ainda, em que não se sinta obrigado a seguir caminhos mais “acertados”, do ponto de vista do psicoterapeuta, a transformação desejada encontra portas abertas para a sua concretização. Rudio (1975) diz que “aceitar, dando valor aos seus receios, às suas angústias, às suas resistências, a tudo que o impede de mudar” (p. 99) é a forma que o psicoterapeuta tem de contribuir com essa transformação. Isso pode ser definido como consideração positiva incondicional.

Dentro do contexto terapêutico, o que é elaborado pelo próprio cliente, independente de sua história apresentar fatos muito carregados de sentimentos e emoções negativas, sofrerá mudança na sua significação, pelo simples fato de estar sendo revivido. Assim, Rogers e Kinget (1977) afirmam que a diminuição do nível de angústia em um cliente é diretamente proporcional ao aumento da aceitação incondicional por parte do terapeuta.

Essa aceitação positiva incondicional, muitas vezes questionada por estudiosos de outras áreas, não só é possível, como também é real. A afirmação de o terapeuta despir-se do seu *self* para poder entrar em seu *setting* terapêutico, se fundamenta no fato de que “os elementos negativos – ‘condenáveis’ – do cliente são percebidos segunda a ótica deste” (Rogers & Kinget, 1977, p. 138). Em outras palavras, o terapeuta precisa vivenciar psicologicamente o que era vivido e experimentado pelo seu cliente. É o sair do seu mundo para entrar, mesmo que momentaneamente, no mundo do outro.

Nesse sentido, se o terapeuta respeita, sem desaprovações ou oposições, as colocações de seu cliente, de forma não pré-fabricada, ou seja, de forma crescente e natural no relacionamento, este passa a oferecer de si mesmo e a relação passa a ser de confiança mútua. Dessa forma, sendo aceito, o cliente passa a se aceitar e isso provoca nele desejos de mudança naturais que o conduzirão à experiência de um processo constante de reestruturação do seu *self*. Como diz Rudio (1975), “torna-se para si mesmo pessoa-significativa. E, quando isso acontece, já não precisa mais viver em função de outras pessoas-critério” (p. 103).

Na medida em que o cliente vai se sentindo incondicionalmente aceito pelo seu terapeuta, natural e constantemente, Rogers e Kinget (1977) afirmam que “as forças positivas do seu comportamento, tendem a se sobrepor às forças negativas” (p. 139), passando assim a viver de uma forma mais harmoniosa, tanto consigo mesmo, como com os que o cercam.

Destacam-se algumas definições exploradas por Rogers e Kinget (1977) no entendimento do tema em estudo:

- A primeira delas é o termo *contato*, que é o estar na presença um do outro sendo percebidos mutuamente mesmo que de uma forma que não ultrapasse o limiar da consciência.

- A *consideração positiva* como o afetar ou sentir-se afetado pelo campo experiencial do outro.

- A *consideração positiva incondicional* é o mesmo afetar ou sentir-se afetado, mas de uma maneira idêntica para qualquer tipo de experiência, de uma forma positiva e independente de qualquer tipo de julgamento.

- A *consideração positiva incondicional de si* sendo a mesma consideração positiva incondicional, com relação a si próprio. O indivíduo é a sua própria “pessoa-critério” (p. 176).

1.4. O *Self* e a Teoria da Personalidade de Rogers

Faz-se necessário falar do *self*, pois este é o ponto central da teoria de Rogers. De acordo com Hall e Lindzey (1984), Rogers acredita que as pessoas têm como inatas as potencialidades para a saúde e para o crescimento criativo. Essas potencialidades podem falhar, e isso se deve a influências das pessoas-critério. Essas influências podem ser construtivas e deformadoras, alterando assim o caminho do crescimento criativo para o crescimento não experimentado, ou seja, não testado. Assim, o *self* ou autoconceito podem ser uma imagem distorcida da autêntica natureza da pessoa.

Para Rogers e Kinget (1977), a noção de *self* é um conjunto organizado e mutável de percepções que o indivíduo reconhece como descritivas de si mesmo, e constituintes da sua identidade. Essas percepções são valores, características próprias, qualidades e limites que representam o fator regulador, ou seja, orienta e mostra a direção de cada indivíduo, parte integrante do seu organismo.

Os pais, os responsáveis pela educação, e demais agentes que se fazem importantes para as pessoas, são as chamadas pessoas-critério. Com palavras do próprio Rogers, pode-se verificar a influência dessas pessoas-critério na vida das pessoas. Diz:

Ele se familiariza com elementos de sua experiência que, no passado, não foram vivenciados por terem sido julgados perigosos e prejudiciais para a estrutura do

self. Nesse relacionamento, ele pode vivenciar sensações plena e completamente, de tal modo que, em dado momento, ele é o seu medo, sua raiva, sua ternura, sua força. E, à medida que vai vivenciando essas variadíssimas sensações em todos os seus graus de intensidade, descobre que se experimentou e que é todas essas sensações. Sente que seu comportamento vai mudando de forma construtiva, de acordo com o *self* experimentado pela primeira vez. Descobre que não precisa mais reencenar o que vivenciou e que pode receber essas experiências livremente, como parte do seu *self* em mudança e em desenvolvimento (Rogers, 1961, conforme citado por Hall & Lindzey, 1984, p. 58).

A partir dessa constatação, Rogers passou a desenvolver sua teoria sobre as mudanças da personalidade. Hall e Lindzey (1984) colocam como a principal característica dessa teoria, ou dessa concepção dos processos terapêuticos, exatamente o processo de mudança que é posto em ação quando os clientes percebem no terapeuta uma consideração positiva incondicional dirigida a eles, e um entendimento empático de seu esquema interno de referências. Afirmam que o processo terapêutico faz com que os clientes tomem consciência, aos poucos, dos seus verdadeiros sentimentos e experiências. Assim, o *self* começa a se tornar mais congruente com as experiências vividas em plenitude pelo seu organismo.

Para se falar da estrutura da personalidade, faz-se necessário entender o conceito de *organismo*. Para Hall & Lindzey (1984) “o organismo, psicologicamente concebido, é o locus de toda experiência” (p. 61). A partir da vivência de uma determinada situação, o que estiver ao alcance da consciência é captado, e passa a ser uma experiência vivida. Todas as experiências vividas que são conhecidas, a princípio somente pela própria pessoa, mas também por meio de processo terapêutico – neste último caso não sendo completamente conhecidas –, formam o campo fenomenal. Assim, o comportamento da pessoa passa a ser

determinado a partir de todas as experiências vividas, ou seja, do seu campo fenomenal, denominado pelo autor de realidade subjetiva.

Para Rogers (1959, conforme citado por Hall & Lindzey, 1984), “a consciência é a simbolização de algumas de nossas experiências” (p. 61). Como não são todas as experiências que são simbolizadas na consciência, conclui-se que o campo fenomenal é construído de experiências simbolizadas ou conscientes, e também das não simbolizadas ou inconscientes.

As pessoas estão em um contínuo comparativo entre a forma como viveu e vivem suas experiências, e a forma como o mundo se apresenta. Nessa comparação, o indivíduo passa a entender a forma mais realista de se comportar. Mesmo assim, pode ocorrer que algumas dessas experiências não tenham sido corretamente simbolizadas. Isso pode levar o indivíduo a se comportar de forma inadequada (Hall & Lindzey, 1984).

Para Hall e Lindzey (1984), “o que uma pessoa experimenta ou pensa não é de fato a realidade; é meramente uma hipótese sobre a realidade, uma hipótese que pode ou não ser verdadeira” (p. 61). O ideal seria realmente que a pessoa pudesse, primeiro, testar qualquer tipo de pensamento ou experimentação, para depois considerá-la como representação fiel da realidade. Mas isso nem sempre acontece. Muitas vezes as pessoas acabam formulando noções erradas sobre elas mesmas e até sobre o mundo externo, simplesmente por aceitarem suas experiências como representações, sendo que essas noções não passam de hipóteses.

O organismo busca constantemente se contrapor a tudo que comprometa o *self*, ou seja, a tudo o que possa desvalorizar ou contrariar o *self*. Essa busca e ação é a chamada tendência à atualização do *self*, e é percebida pelo indivíduo em função da noção que ele tem do seu próprio *self*. Essa noção determina a eficácia, ou não, da tendência à atualização, baseada naquilo que se relaciona com o *self*, ou seja, quando há correspondência ou congruência entre os atributos que o indivíduo acredita possuir e aqueles que de fato possui. O que não tem

relação com o *self* não é bem percebido e, às vezes é até negligenciado (Rogers & Kinget, 1977).

Como saber se essa correspondência ou congruência existe realmente? Como verificar se a percepção com relação ao *self* é real?

Para verificar o caráter realista de qualquer percepção relativa à noção do eu, o indivíduo dispõe de duas fontes de critérios. Um desses critérios é de natureza mais ou menos particular; consiste na experiência vivida – sentimentos, desejos, ansiedades; angústias – do indivíduo a respeito do objeto em questão. O outro critério é de natureza mais ou menos pública; consiste no testemunho fornecido pela conduta do indivíduo e pela conduta de outros em relação a ele (Rogers & Kinget, 1977, p. 45).

1.5. O Desenvolvimento da Personalidade

Rudio (1975) não encontra tradução adequada em português para esse termo que, de acordo com o autor, designa “o sentido que o indivíduo atribui a si mesmo”, ou “sua percepção como ser-no-mundo”. Para Rudio, os termos que mais se aproximam do conceito original seriam “imagem de si”, “conceito de si” ou “auto-imagem”. Cita ainda que no indivíduo ajustado, a imagem de si (ou *self*) constitui uma expressão adequada das necessidades e sentimentos do organismo. Logo, nessa condição, a imagem de si e o organismo encontram-se em harmonia. O desajustamento psicológico decorre de uma provável falha na comunicação interna do indivíduo, que passa a utilizar critérios alheios para avaliar suas experiências, estabelecendo-se um desacordo entre essas experiências e sua representação na consciência.

O *self*, segundo Rudio (1975), é a percepção que o indivíduo tem de si como um ser no mundo, dando a si mesmo um sentido, um significado, que provem das experiências com o social e com o meio ambiente. Essa percepção é um dos pontos principais da teoria rogeriana.

O indivíduo se realiza quando consegue diferenciar seus modos de comportamento. Não existe nenhuma regra básica que possa indicar qual o caminho a seguir, qual a escolha a fazer para se atingir um progresso. É uma tendência básica do indivíduo, um impulsionamento, como cita o autor, que é inato e que busca o crescimento, a realização. Essa tendência só consegue ser acionada quando as escolhas feitas são percebidas e adequadamente simbolizadas pelo indivíduo. Quando o cliente tem conhecimento de que essa força é somente dele, nos momentos de escolhas, utiliza-se disso para escolher o crescer e não o regredir. É com essa força que os terapeutas conseguem provocar um crescimento nos clientes (Hall & Lindzey, 1984).

Conforme citamos, o organismo e o *self* têm uma tendência inerente para se realizar, mas ambos estão constantemente sujeitos às influências do ambiente. Com isso, a forma como os outros avaliam o indivíduo, principalmente na infância, aumenta a distância entre as experiências do organismo e as do *self*. A criança busca ser o que os outros desejam que ela seja, ao invés de tentar ser o que realmente é. (Hall & Lindzey, 1984).

Dessa forma, as ações e sentimentos desvalorizados, principalmente pelas pessoas-critério, fazem com que as experiências vividas, principalmente pelas crianças, deixem de ser experimentadas e testadas, ou simplesmente introjetadas como “válidas” ou “regras básicas” que precisam ser de determinada forma, sem ao menos serem testadas. Nesse sentido, o indivíduo vai construindo o seu *self* ideal, ou seja, o local onde são guardadas todas as experiências não testadas, não vividas.

Rudio (1975) diferencia claramente a imagem real, ou o *self* real, da imagem ideal ou *self* ideal. Este é que o indivíduo desejaria ser ou julga ser e aquele é o que o indivíduo percebe de

si. Quando, na configuração já existente, essas percepções não se integram normalmente, ocorrem os chamados processos de simbolização incorreta.

Por outro lado, quando as avaliações recebidas tiverem, como diz Rogers, uma consideração positiva incondicional, ou seja, uma aceitação sem condições, esse distanciamento não ocorre. Conforme diz Rogers,

Se uma pessoa pudesse experimentar apenas a consideração positiva incondicional, então não se desenvolveriam condições para a atribuição de valor, a auto-estima seria incondicional, as necessidades de consideração positiva e auto-estima jamais divergiriam da avaliação organísmica, e o indivíduo continuaria a ser psicologicamente ajustado, funcionando plenamente (Rogers, 1959, conforme citado por Hall & Lindzey, 1984, p. 64).

Conforme Hall e Lindzey (1984), “se um número continuamente crescente dos ‘verdadeiros’ valores pessoais é substituído por valores adquiridos ou assimilados de outros, mas percebidos como próprios, o self se tornará uma casa dividida contra si mesma” (p. 64). Dessa forma, a partir das avaliações dos outros, o autoconceito vai se tornando distorcido e a pessoa acaba se tornando mal humorada e tensa. As experiências organísmicas que não estiverem de acordo com seu autoconceito distorcido, acabam provocando desconforto na pessoa, pois são consideradas como ameaças.

A partir da aceitação incondicional por parte do terapeuta, o processo terapêutico rogeriano, em que o cliente é tratado de forma receptiva, podendo falar o que quiser, sem julgamentos, conduz, como consequência, à busca de sentimentos inconscientes, anteriormente considerados ameaçadores pelo cliente, e a torná-los presente em sua consciência. Assim, essas experiências, anteriormente não simbolizadas, levam a pessoa a se aceitar melhor, a ser mais flexível e, conseqüentemente, aceitar melhor aos que a rodeiam (Hall & Lindzey, 1984).

De acordo com Rudio (1975), “o desajustamento psicológico provém de uma falha de comunicação do indivíduo consigo mesmo” (p. 58). Esse desajustamento provém de um desacordo entre as próprias representações na consciência e as experiências introjetadas dos outros, sem que cheguem devidamente à consciência. Já no indivíduo ajustado, existe harmonia entre a imagem de si e o organismo.

O crescimento, tão desejado, tem como condição, a aceitação por parte do indivíduo, da realidade que ele é. Se o encontro consigo mesmo ocorre, há possibilidade de se descobrir os recursos de que se dispõe para ser melhor, bem como as dificuldades que ainda é preciso enfrentar para desenvolver-se (Rudio, 1975).

1.6. As fases do processo terapêutico rogeriano.

De acordo com Rogers (2009), na primeira fase, o indivíduo se encontra em um estágio de rigidez e de distanciamento de sua experiência. Algumas características dessa fase são: a recusa de comunicação pessoal, comunicação apenas sobre assuntos exteriores e construtos pessoais extremamente rígidos. Essa fase ainda é caracterizada por relações íntimas e pessoais sendo consideradas como perigosas. Ainda nessa fase, os caminhos que o cliente segue para construir sua experiência são influenciados pelo seu passado, não sendo, de uma maneira rigorosa, afetados pelo presente. Dessa forma, o indivíduo está representado em termos de imobilidade, fixidez, em oposição a qualquer fluxo ou mudança.

A segunda fase é caracterizada por Rogers (2009), como a do indivíduo que é capaz de fazer a experiência de que é totalmente aceito. Cita como características dessa etapa: começa a ser mais fluente a expressão em relação aos tópicos referentes ao não-eu, os problemas começam a ser captados como exteriores ao próprio indivíduo, inexistente o sentimento de responsabilidade pessoal em relação aos problemas. Também são

características, a descrição dos sentimentos como não possuídos ou, às vezes, como objetos passados. A experiência ainda está organizada segundo a estrutura do passado e os construtos pessoais continuam rígidos, não reconhecidos como construtos, mas concebidos como fatos.

Na terceira fase, quando o cliente se sente aceito, sem necessitar de mudanças, passa a ficar mais descontraído e se exprimir simbolicamente com mais fluência. São características dessa fase: expressão das experiências pessoais como se tratassem de objetos. Em geral, são comunicações sobre sentimentos passados. Manifestam-se sentimentos e, nesse caso, algumas vezes esses sentimentos são reconhecidos como tais. Outra característica é a diferenciação mais nítida entre sentimentos e significados. Esses dois aspectos se tornam menos global do que nas fases precedentes (Rogers, 2009).

Na quarta e quinta fase, o cliente começa a ter uma fluência mais livre dos seus sentimentos, se sentindo mais aceito e compreendido. Começa a expressar os sentimentos de forma mais livre, como se estivessem prontos para serem plenamente experimentados. Passa, num crescente, a aceitar enfrentar suas incongruências na experiência. A partir da sexta fase, os sentimentos são experimentados de forma mais imediata, e as experiências são vividas subjetivamente. O organismo acompanha as experiências com os sentimentos mais aflorados. Por último, na sétima fase, existe uma confiança real na sua própria evolução, uma responsabilidade real em relação a sua própria vida, e uma vivência plena em si mesmo, sabendo-se em permanente mudança (Rogers, 2009).

CAPÍTULO II

MÉTODO DE PESQUISA

2.1. Procedimentos Metodológicos

2.1.1. Pesquisa Qualitativa e Estudo de Caso

Bodgan e Birklen (1982, conforme citado por Lüdke & André, 1999) discutem a pesquisa qualitativa e trabalham o seu conceito por meio de cinco características básicas. A primeira destaca o ambiente natural como fonte direta de dados, e o pesquisador como principal instrumento. A segunda cita a natureza predominantemente descritiva dos dados coletados. A terceira destaca que existe maior preocupação com o processo que com o produto. A quarta característica fala da atenção dos pesquisadores quanto ao significado que as pessoas dão às coisas e à sua vida. Finalmente, a quinta cita que, no momento de se fazer uma análise de dados, o processo tendente a prevalecer é o indutivo.

Lüdke e André (1999) citam ainda Bodgan e Birklen (1982), quando afirmam que a pesquisa qualitativa “envolve a obtenção de dados descritivos, obtidos no contato direto do pesquisador com a situação estudada, enfatiza mais o processo do que o produto, e se preocupa em retratar a perspectiva dos participantes” (p. 13).

O estudo de caso que foi utilizado no presente trabalho é uma das formas de pesquisa qualitativa. De acordo com Lüdke e André (1999), o estudo de caso é “sempre bem delimitado, devendo ter seus contornos claramente definidos no desenrolar do estudo” (p. 17). Nesse sentido, o estudo de caso tem um foco bem demarcado. Atestam ainda que o

estudo de caso está indicado quando se deseja estudar “algo singular, que tenha um valor em si mesmo” (p. 17).

Nos estudos de caso, o foco está na compreensão do caso propriamente dito, evitando-se, assim, quaisquer tipos de generalizações. De acordo com Stake (2000), trata-se de estudar determinado caso pela sua singularidade, tendo como base algumas atividades imprescindíveis, como, por exemplo, a delimitação do caso. É necessária a delimitação do objeto de estudo, a seleção de interpretações alternativas que poderão ser consideradas, a busca de um padrão nos dados para facilitar o desenvolvimento e compreensão dos assuntos, e ainda, a seleção de assuntos que serão enfocados na pesquisa.

Lüdke e André (1999) destacam como características fundamentais do estudo de caso os seguintes pontos: 1) surgem novos elementos durante o estudo, sendo assim, os estudos de caso visam a descobertas; 2) leva-se em consideração o contexto no qual o caso se situa, de modo que a interpretação é realizada levando-se em conta a conjuntura do todo em que ocorre o caso; 3) revela-se a variedade de informações envolvidas em um determinado caso, devendo-se, portanto, retratar a realidade de forma completa e profunda; 4) recorre-se a uma variedade de dados, que serão coletados de diversos informantes e em diferentes situações, variando assim as fontes de informação; 5) revela-se experiência vicária, permitindo generalizações naturalísticas; 6) traz-se para o estudo as divergências de opiniões existentes em uma determinada situação; e 7) utiliza-se linguagem e forma mais acessível nos relatórios.

O estudo de caso será utilizado de forma a identificar, por meio das diversas sessões realizadas, os comentários e respostas da cliente que confirmem a aceitação incondicional como uma condição estruturante e facilitadora para o crescimento pessoal, e a consequente consolidação da auto-imagem.

Foi utilizado somente o prontuário da cliente, com os relatórios das sessões realizadas, de modo a selecionar falas e comentários que confirmam o que se objetiva com a pesquisa.

2.1.2. Aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa

A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do UniCEUB, por meio de parecer, datado de 11 de maio de 2010 (Anexo 1), referente ao projeto “A aceitação incondicional na estruturação do *self*”.

Na carta de encaminhamento do Parecer CAAE 0020/10 TCC 020/10, foi ressaltada a necessidade de atenção aos incisos IX.1 e IX.2 da Resolução 196/96 CNS/MS, concernentes às responsabilidades do pesquisador no desenvolvimento do projeto.

2.1.3. Dados do Participante

O sujeito da pesquisa é um usuário do Centro de Formação de Psicólogos (CENFOR) do UniCEUB que passou por processo terapêutico sob o acompanhamento do pesquisador. Será identificado como Ana, é do sexo feminino e com 28 anos, no segundo semestre de 2009.

2.1.4. Forma da Coleta e Análise dos Dados

A partir de indicação pela Secretaria do CENFOR e dentro do projeto de estágio do UniCEUB, na disciplina Estágio A, foi iniciado, no segundo semestre do ano de 2009, atendimento terapêutico a clientes que buscaram o Centro para atendimento psicológico.

A estratégia utilizada para a coleta de informações foi a de se utilizar os prontuários de atendimento elaborados por um dos pesquisadores, nos atendimentos ocorridos durante o projeto do referido estágio.

A análise das informações foi feita a partir de dados coletados e sua devida interação com a fundamentação teórica utilizada para o embasamento da pesquisa. Com base nessas informações, a evolução do processo psicoterapêutico foi avaliada, tomando por fundamento as sete fases do processo rogeriano destacados no capítulo I, subitem 1.6 desta pesquisa.

Nessa discussão, pretende-se apresentar, através de situações práticas, a forma como a aceitação incondicional facilita a reestruturação do *self* do cliente em uma situação de atendimento terapêutico.

CAPÍTULO III

HISTÓRIA CLÍNICA E HISTÓRIA DE VIDA DA CLIENTE

3.1. Síntese da História Clínica

A cliente procura a terapia com queixa principal do medo que sente de reencontrar o ex-marido, e da insegurança que tem de perder a guarda dos filhos para o ex-marido e para a ex-sogra. Tem receio da audiência de conciliação na justiça e do período após a essa audiência quando, e se, o marido ficar autorizado a visitar os filhos nos finais de semana.

Há diversas colocações sobre os fatos que a incomodam e incomodaram sobre o ex-marido e sua família, mas a queixa principal é especificamente a de ter que reencontrar o ex-marido e a de perder seus filhos.

3.2. História de Vida do Cliente

Ana foi casada por alguns anos. Durante o tempo em que esteve casada deu à luz a dois filhos. Enquanto era namorada e noiva do ex-marido, vivia um namoro muito agradável, e tudo corria muito bem. Após o casamento, o marido se mostrou extremamente ciumento e começou a perseguir a cliente no ambiente de trabalho e na faculdade.

Relata que não conseguiu fazer os estágios da faculdade da maneira que deveria, pois o ex-marido sempre a criticava e colocava empecilhos sobre o fato de ela ter que chegar tarde da faculdade. Às vezes ficava ligando diversas vezes para o ambiente de trabalho da cliente e acabava por prejudicá-la.

Após o nascimento do primeiro filho, ainda na faculdade, não conseguia fazer os estágios, nem escrever como devia sua monografia, devido ao fato de que o ex-marido não ajudava em nada com a criança recém-nascida, e só chegava à casa tarde da noite, para que ela não tivesse como ir à faculdade ou ao estágio, nem ter tempo para escrever a sua monografia.

Com o passar do tempo, teve o segundo filho e as coisas começaram a piorar, pois o ex-marido começou a beber e ficou desempregado. Após um longo tempo nessa situação, se deu conta de que o ex-marido, não somente estava se embriagando diariamente, como também começava a fazer uso de drogas. O dinheiro começou a faltar e o pai de Ana precisou ajudar o casal financeiramente.

A ex-sogra era uma pessoa muito presente dentro da casa de Ana e sempre ficava do lado do filho, dizendo que queria o filho caçula dela para levá-lo embora e criá-lo da sua forma. Dizia que Ana proibía tudo, e que a criança não tinha nenhuma liberdade. Tanto o ex-marido, quanto a ex-sogra ficavam bebendo dentro de casa até se embriagarem. Também fumavam, chegando a queimar o filho mais velho no braço com um cigarro, simplesmente por falta de cuidado.

A separação se deu no dia em que o ex-marido a agrediu fisicamente. A briga se iniciou ao encontrar drogas escondidas atrás da máquina de lavar roupas. A partir daí, o ex-marido tentou enforcá-la. Como disse a cliente, “ele me enforcou até que eu desmaiei e cai no chão”. Os filhos presenciaram tudo. Como o ex-marido saiu correndo e houve muita gritaria, os vizinhos acudiram e conseguiram deter o ex-marido até a polícia chegar. Com a chegada da polícia, Ana foi reanimada. Deu queixa reclamando a prisão do ex-marido, e pedindo para ser protegida pela Lei Maria da Penha.

Após a separação, sentiu-se incomodada em continuar no local onde trabalhava, pois era no mesmo prédio em que o ex-marido havia trabalhado. Acabou mudando de emprego, indo

trabalhar com o pai. Desde então, tem muito medo de reencontrar o ex-marido, ou até mesmo a ex-sogra. Tem medo de que o juiz dê ao ex-marido o direito de visitar os filhos nos finais de semana, pois acredita que ele os seqüestre e nunca mais consiga encontrá-los.

Tem muitos planos para o futuro, diz que os filhos agora estão muito bem, começam a sorrir, não querem ver o pai. Deseja fazer um novo curso superior e pensa muito em se mudar de cidade, pois sempre se sente incomodada de entrar em locais públicos e acabar encontrando o ex-marido ou a ex-sogra. Aguarda a audiência pública, pois o ex-marido não foi encontrado e nem fez as sessões marcadas para ele com a área psicossocial do Tribunal de Justiça.

3.3. Situações Específicas

Durante as sessões de atendimento foram registradas algumas situações específicas que ora se destacam:

Nas primeiras sessões, Ana apresentou muitos questionamentos em relação às áreas de psicologia e psiquiatria, pois havia sido chamada pelo Tribunal de Justiça para uma conversa com a área “psicossocial” de lá, e não sabia o que poderia ocorrer.

Questionou se os psicólogos receitavam remédios e como os psiquiatras tratavam os pacientes. Perguntou ainda se, somente com a conversa, o psicólogo conseguiria curar o ex-marido do alcoolismo. Achava que o marido não conseguiria ser curado do alcoolismo apenas com as cinco sessões do psicólogo da área psicossocial do Tribunal de Justiça. Demonstrou em alguns depoimentos tristeza e pesar que sentiu quando o ex-marido estava preso. Chorou quando ele foi preso, mas quando teve que optar pela Lei Maria da Penha, a respeito da qual lhe explicaram que era aplicada para os casos de separação definitiva, não hesitou, optando por essa alternativa, pois estava sofrendo muito.

Falou sobre o filho estar passando por dificuldade de relacionamentos, em virtude do medo do momento de reencontrar o pai. Comentou que os dois filhos estão com medo do pai. Não querem estar com o pai.

Relata ser uma pessoa que preza demais pela sinceridade das pessoas. Não suporta mentiras. Comenta sempre sobre a forma que quer educar os filhos, tentando mantê-los longe do perigo das drogas e de maus relacionamentos em que eles possam se envolver. Tem medo de perder os filhos para o mundo.

Ana conversou bastante sobre os momentos difíceis que passou antes da separação. Que agüentava aquilo tudo para tentar salvar o casamento. Que tinha vergonha de ser vista como uma mulher separada.

Está mais satisfeita em estar separada, contando alguns fatos novamente que a decepcionaram desde o início do casamento, como as promessas do ex-marido de que compraria um apartamento e ainda as diversas mentiras que contava sobre dinheiro. Contou que ele sempre a enganou e mentiu, até sobre as roupas que usava. Depois ela descobriu que as roupas eram usadas, dadas por um tio.

Espera poder se ajustar emocionalmente, dizendo que não pretende se envolver com outro homem tão cedo, mas que quer ter a oportunidade de ter um bom marido e um bom pai para os filhos no futuro. Tem vontade de se firmar mais financeiramente para poder dar aos filhos uma vida mais tranqüila, sem a ajuda do pai, pois até a pensão que ele ficou de pagar, que é o colégio do filho mais velho, não pagou.

O medo é por causa da possibilidade de que os filhos sejam seqüestrados pelo marido, ou até mesmo de que fiquem com raiva dela, pois ela precisa educar as crianças e o ex-marido só “precisa ficar adulando”.

Quando fez o primeiro vestibular, foi obrigada a optar por um curso que não era bem o seu desejo, mas a mãe não concordou que fizesse o curso de sua opção. Falou bastante de

seus planos para o futuro, do novo curso que vai começar, de poder fazer uma pós-graduação no exterior. Nesse ponto se preocupou, pois terá que pedir permissão ao ex-marido para sair da Brasil com os filhos, mas se convenceu de que ainda falta muito tempo.

CAPÍTULO IV

EVOLUÇÃO DO PROCESSO TERAPÊUTICO

Nas primeiras sessões, apresentou-se de forma muito aberta e descontraída, relatando sua queixa principal que era o medo que sentia do ex-marido e da insegurança em relação à ex-sogra de afastá-la dos filhos. Diz: “Tenho medo de ele me agredir novamente. Tenho medo de perder os meus filhos para ela” (A ex-sogra). “Ele é muito agressivo. É capaz de tentar me matar novamente”.

Ana passou por todas as dificuldades de uma agressão física com tentativa de assassinato e se tornou uma pessoa muito dura, com os sentimentos enrijecidos. O único sentimento que citou foi o medo. Encontra-se na primeira fase do processo terapêutico, pois demonstra rigidez e distanciamento da sua própria experiência, mas, com algumas características da segunda fase. Só fala de assuntos exteriores, com os seus construtos pessoais extremamente rígidos.

Passou algumas sessões se expressando somente com relação aos fatos e sentimentos dos filhos, da sogra, dos pais e do ex-marido. O sentimento que continuou demonstrando era o de medo e insegurança. Diz “vai que a velha leva os meus filhos para o Rio de Janeiro e some com eles. Eu nunca mais vou achá-los.”.

A partir do acolhimento e de sentir-se aceita, podendo falar o que desejava, sem nenhum tipo de julgamento, começou a se descontrair mais e a expressar alguns sentimentos próprios. Passou a falar de si.

Demonstra alguns pontos da segunda fase, como por exemplo, os problemas estarem sendo captados de forma exterior a ela. Ainda, como se não houvesse responsabilidade

pessoal pelo que se passou, ou seja, todo o problema de ter sido agredida pelo marido somente diz respeito ao fato de ele estar drogado ou embriagado.

A partir da 5ª sessão, Ana começou a falar de si, da educação que quer dar para os filhos, pois não quer que sejam como o pai. Diz: “Vou colocá-los na aeronáutica com 13 anos. Assim eu os guardo de todos os maconheiros do mundo”. Os construtos pessoais são rígidos, não reconhecidos como construtos, mas concebidos como fatos, demonstrando que está mais inserida na segunda fase do processo.

Sente-se muito acolhida durante a terapia, comparando a situações vividas com o pai, que a aceita muito bem. Voltou para a casa dos pais e foi muito bem recebida. Ficou mais segura e protegida.

Mesmo colocando fatos como o de mandar os filhos para a Aeronáutica com 13 anos, que até mesmo ela sorria da sua própria fala, pela aceitação incondicional do terapeuta através das reflexões sobre o tema, a cliente sentia que o não julgamento era um ponto positivo para continuar explorando o seu self introjetado.

A partir da 7ª sessão, Ana começa a refletir sentimentos vividos no passado como o de insatisfação pelo que passou durante o casamento e a vontade de conseguir ser feliz um dia: Diz: “Deus me livre de passar pelo que passei novamente. Quero uma pessoa boa. Existem pessoas boas para ser o pai dos meus filhos”. E completa dizendo: “Posso ter errado ou até ter causado muito de tudo isso que vivi, mas com certeza estou aprendendo com os meus erros”.

Começa a expressar o eu como objeto, falando de si. Ainda um pouco presa a sentimentos passados. Parou de se referir ao ex-marido com sentimento de medo. A preocupação maior agora é com a perda dos filhos. Diz: “Eles podem sumir com as crianças. Vão fazer a cabeça deles. A cabeça de criança é fácil de fazer”.

Expressa-se reconhecendo os construtos pessoais e não somente fatos exteriores. Demonstra estar ainda na segunda fase do processo, mas já com algumas características da

terceira fase. Não tem expressado indignação ou chateação sobre todas as circunstâncias em que foi exposta ao ridículo pelo marido. Ao contrário, relata sorrindo. Tem se incluído mais nos relatos. Começa a falar basicamente de sentimentos. Coloca-se de forma tranqüila quanto ao fato de reorganizar sua vida. Diz: “Agora que entendo os meus acertos e os meus erros, comecei a me organizar para viver uma vida mais sossegada junto dos meus filhos, independente dos acontecimentos”.

A partir da 10ª sessão, os sentimentos expressados têm uma conotação de busca, de achar respostas. Começa a utilizar as sessões expondo sentimentos de realização pessoal. Falou do arrependimento por ter se casado muito cedo e de ter tido filhos cedo. Não pelos filhos, mas pelo casamento, mas logo em seguida, refere-se ao fato como “águas passadas”.

Na 11ª sessão se abriu bastante aos sentimentos com relação à ex-sogra. Fala de si, ciente de ser parte do processo. Começa a fixar-se na terceira fase do processo com descrições de experiências como passadas. Diz: “Vou proteger os meus filhos para que nunca se envolvam com drogas, mas não vou deixar de educá-los”.

A partir da 12ª sessão, nota-se que Ana se encontra em um processo de real reestruturação. Cita que está mais tranqüila, passeando pela cidade. Foi ao shopping sem receio de encontrar o ex-marido. Falou bastante de seus planos para o futuro. Citou o novo curso superior que vai começar e a possibilidade de fazer um curso de pós-graduação no exterior. Na última sessão, Ana iniciou a sessão, dizendo que estava ciente da interrupção dos atendimentos por ocasião do final do ano, e que tinha interesse em continuar no ano seguinte. Estava bem tranqüila com relação ao futuro próximo. Foi trabalhado o sentimento de medo do reencontro com o ex-marido.

A aceitação incondicional experimentada dentro do *setting* terapêutico, sem se sentir cobrada ou até mesmo julgada, fez com que a Ana pudesse explorar melhor diversos pontos

que considerava normais, mas que ao mesmo tempo a incomodavam bastante como o de ter feito o curso superior que a mãe queria e não o que ela escolheria.

Mostrou-se bem e serena, falando bastante de si mesma, e evidenciando que se inclui como parte dos problemas vividos no último ano. Se situa dentro do problema vivido. Tem bastante consciência de sua responsabilidade pessoal, como por exemplo, a resignação ante os diversos exageros do ex-marido, e que tudo isso contribuiu para a forma como os fatos evoluíram. Mostra-se nitidamente menos rígida, entrando na 3ª fase do processo rogeriano.

CAPÍTULO V

DISCUSSÃO E AVALIAÇÃO DO CASO

Preliminarmente, pode-se afirmar que foi criado um vínculo muito bom, com base na forma como a cliente se sentia à vontade para falar sobre sua história de vida, no cuidado que teve para evitar faltas às sessões e na atenção de comunicar eventuais ausências, com bastante antecedência.

As sessões transcorreram de forma bastante tranqüila, sem dificuldades ou atropelos. Foram utilizadas as atitudes facilitadoras do processo rogeriano como a aceitação incondicional e a compreensão empática efetiva, sem nenhum tipo de julgamento. Foi possibilitado à cliente falar livremente em busca das experiências não vividas, e até mesmo das obstruídas, tanto na infância quanto durante um casamento extremamente conturbado, entre drogas e agressões físicas. Conforme citado, Rudio (1975) afirma que “todo ser humano precisa de consideração positiva” (p. 39). Dessa forma, todo ser humano precisa se sentir querido, aceito e respeitado da forma como é. Na medida em que foi se sentindo muito bem recebida e aceita sem condições, a cliente expressava-se de forma natural, ciente desde o início de que cada um é totalmente único no mundo (Rudio, 1975).

O processo terapêutico se desenvolveu dentro do esperado, com suas dificuldades naturais, mas demonstrando, ao longo do processo, os ganhos de Ana como pessoa. Adaptou-se bem ao processo humanista de Rogers, sem questionamentos sobre a postura do terapeuta de mais escuta. Rogers (1974) enfatiza que o terapeuta precisa reconhecer os sentimentos e atitudes expressos pelo seu cliente, sem julgamentos pessoais, independente de seus valores morais. O terapeuta precisa receber atitudes ou sentimentos que o agrade ou o desagrade com a mesma incondicionalidade. Isso pode ser verificado pela forma como Ana respondeu bem

às reflexões e elucidações feitas, passando de um estágio extremamente rígido, de fixidez, para um estágio de maior reflexão de sentimentos.

O ser aceita incondicionalmente dentro do *setting* terapêutico, movimentou-a rápida e precisamente. O importante é aceitar, tanto os sentimentos positivos, quanto os sentimentos negativos, sem valorizar um mais que o outro (Rogers & Kinget, 1977). Partindo dessa consideração positiva incondicional, independentemente de quais tipos de sentimentos expressava, Ana ficou à vontade para explorar seus sentimentos e pensamentos obstruídos.

Por se sentir sozinha, humilhada e impotente, temia os contatos exteriores, ao mesmo tempo em que experimentava uma forte necessidade de expressar seus sentimentos de afeição, assim como de amargura. Nessas condições, e já com certo grau de lucidez e responsabilidade, ela se empenha em garantir para si, por meio dos filhos, uma fonte constante e segura de satisfação emocional. Conforme citado anteriormente, o ser humano nasce com, e desenvolve, uma série de necessidades que são consideradas básicas para o bom funcionamento fisiológico e mental, ou seja, para a realização orgânica. Uma dessas necessidades é a de ser amado. Rudio (1975) diz: “o ser humano vive em um processo natural de desenvolvimento que parte dele próprio e se completa com a satisfação adequada das necessidades básicas” (p. 83). Essa necessidade de ser amado é esperada dos outros, e principalmente das pessoas que nos são significativas. Assim, Ana orientou seus esforços e seus interesses para seus filhos, condicionando-os, ao mesmo tempo, para que lhe fossem recíprocos nessa atitude.

Mais ao final do processo, percebeu-se como Ana já trazia à consciência algumas experiências bloqueadas, como por exemplo, o entendimento e a determinação em continuar educando os filhos, livre da dependência de ser taxada de super-protetora, e na busca de não se parecer com a ex-sogra, que, embora tenha dado tudo ao filho, este se transformou num alcoólatra e drogado. Conforme Rudio (1975), esse amor incondicional pelo outro leva a um

acolhimento tal que, não somente o que ama, como também o que é amado, migra da posição atual, para uma posição de unidade, partilhando suas formas próprias de amar e ser amado. Ela não poderia ficar com receio de educar os filhos, em detrimento de manter o amor deles. Experimentou esse amor pelos filhos e percebeu que era recíproco, deixando assim de lado, o temor de perdê-los por muito amá-los.

No início da terapia, Ana se encontrava entre a primeira e a segunda fase do processo terapêutico rogeriano, mas pode-se dizer que ao final do semestre já se encontrava na terceira fase do processo. Falava mais de si mesma, trazendo sentimentos que no início não apareciam. Fazia planos para um futuro próximo, quando teria condições de se desenvolver mais como mãe e como pessoa. Desejava ainda poder encontrar uma boa pessoa para estar junto e ajudá-la na educação dos seus dois filhos menores. Conforme citado, Rudio (1975) confirma essa evolução da cliente quando afirma que, a partir da aceitação incondicional percebida do terapeuta, o cliente começa a se aceitar também. Nesse momento ocorrem dois fatores. Um primeiro é positivo, pois à medida que se aceita, o cliente inicia o processo de auto-transformação e consequente auto-atualização. O segundo fator, que pode ser considerado negativo, é o de que, em se aceitando como é, ou seja, não rejeitando a si e a seus desvios, o cliente acredita na possibilidade de se acomodar e não crescer, o que é um engano.

Diversos sentimentos e experiências introjetadas por uma infância muito submissa às vontades dos pais, foram elucidadas e trabalhadas durante o processo, como por exemplo, quando citou que colocaria os filhos na Aeronáutica com 13 anos, para afastá-los das “coisas ruins” do mundo. Na última sessão, expressou claramente o entendimento de que as crianças tinham que viver a vida delas e estaria apoiando sempre que eles necessitassem. É o aceitar o outro, com responsabilidade, da forma como ele percebe e sente o mundo a sua volta e com base no que ele pode oferecer. Esse “interesse desinteressado” (Rudio, 1975, p. 85) leva a um

relacionamento efetivo e a uma comunhão necessária e positiva entre o cliente e o terapeuta. Nesse momento Ana tinha certeza de que era aceita incondicionalmente e esse “interesse desinteressado” que sentia pelos filhos era o que experimentava no *setting* terapêutico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesta Monografia observou-se como se procedem os processos internos do indivíduo mediante a Psicoterapia Centrada na Pessoa, por meio da qual a imagem ideal de si se transforma na imagem real de si. Por parte do cliente, as representações inadequadas se transformam em representações adequadas. Por parte do psicoterapeuta, existe a compreensão de que as representações estavam impedidas de serem simbolizadas corretamente na consciência do cliente, em defesa de sua própria imagem. No transcorrer do processo terapêutico, observou-se que as simbolizações se tornaram mais adequadas à consciência oportunizando a reestruturação do *self*.

Nos anos em que se manteve casada, Ana deixou de simbolizar na consciência as experiências abusivas que sofria do ex-marido e da ex-sogra. Submetia-se a essas experiências, mas parecia não percebê-las como abusivas, em razão de não ser vista como uma mulher separada. O processo se rompeu quando sofreu uma tentativa de enforcamento em um momento de desequilíbrio do ex-marido. Buscou a terapia a procura de um reequilíbrio emocional e de libertar-se do medo que tinha de perder os filhos para ele.

Os dados da história clínica de Ana estão de acordo com a teoria da personalidade de Rogers. A agressão física e tentativa de enforcamento desencadeou o processo de quebra e desorganização, implicando na incapacidade de operação natural do processo de defesa do organismo.

Após o início da psicoterapia e estabelecida a aliança terapêutica, o psicoterapeuta passou a constituir para Ana, um outro significativo. Iniciou-se assim o processo de reestruturação do *self* de Ana, verificando-se um aumento constante e gradual da congruência entre o *self* e a experiência.

As condições necessárias no processo de reestruturação do *self* foram proporcionadas através e principalmente da atitude facilitadora da consideração positiva incondicional, em um contexto de compreensão empática. À medida em que tais atitudes do psicoterapeuta foram percebidas e aceitas por Ana. Os diversos insights espontâneos dela, principalmente nas últimas sessões de psicoterapia, evidenciam esse processo. Se antes da psicoterapia AnaB. se colocava como vítima de seus conflitos, hoje se mostra com mais capacidade de confrontá-los.

Assim, analisada a *aceitação positiva incondicional* na relação terapêutica, como condição estruturante e facilitadora para o crescimento pessoal e consequente consolidação da auto-imagem, pode-se afirmar que Ana, em poucas sessões, se comportava de maneira mais receptiva, sem tantas auto-cobranças. Observou-se que até o seu comportamento de esquiva foi reduzido.

Pode-se dizer que a aceitação incondicional no processo terapêutico foi fundamental para a evolução do próprio processo, bem como da condição estruturante da cliente.

O processo terapêutico teve duração de apenas treze sessões – pouco mais de 3 três meses –, constituindo-se essa duração, em uma limitação quanto à consolidação de determinadas atitudes da cliente. Porém, entende-se que foi tempo suficiente para evidenciar mudanças efetivas na forma de agir e de pensar de Ana.

Dessa forma, sugere-se que o tempo de atendimento dentro de um processo terapêutico seja maior, de forma a se consubstanciar as comprovações alcançadas em pesquisas como a que foi objeto da presente monografia. Como é natural em trabalhos deste tipo, as evidências do caso estudado são singulares, como a gravidade do abuso físico e emocional que Ana sofreu ao longo do seu casamento, bem como alguns aspectos de sua personalidade, como a sua inteligência e confiança própria, que com certeza contribuíram para a rapidez e eficácia do processo terapêutico.

REFERÊNCIAS

- Figueiredo, L. C. (1989). *Matrizes do pensamento psicológico*. Petrópolis: Vozes.
- Hall, C. S. e Lindzey G. (1984). *Teoria da Personalidade – Volume 2*. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária Ltda.
- Holanda, A. F. (1998). *Diálogo e psicoterapia: correlações entre Carl Rogers e Martin Buber*. São Paulo: Lemos Editorial.
- Lüdke, M. e André, M. E. D. A. (1999). *Pesquisa em educação: abordagens qualitativas*. São Paulo: EPU.
- Rogers, C. R. (1974). *A Terapia Centrada no Paciente*. Santos: Martins Fontes.
- Rogers, C. R. (2009). *Tornar-se Pessoa*. São Paulo: WMF Martins Fontes.
- Rogers, C. R. e Kinget, G. M. (1977). *Psicoterapia e Relações Humanas Volumes 1 e 2*. Belo Horizonte: Interlivros.
- Rogers, C. R. e Rosenberg, R. L. (1977). *A pessoa como centro*. São Paulo: EPU.
- Rudio, F. V. (1975). *Orientação não diretiva: na educação, no aconselhamento e na psicoterapia*. Petrópolis: Vozes.
- Stake, R. E. (2000). Case Studies. In: Denzen, N. K. e Lincoln, Y. *Handbook of Qualitative Research*. 2 ed. Thousand Oaks, California, USA: Sage Publications, p. 435-454.

ANEXO 1

Brasília, 11 de maio de 2010.

Memo. 133/10

Do Comitê de Ética em Pesquisa – CEP / UniCEUB

Para: Frederico Guilherme Ocampo Abreu

José Carlos Calvo Villar

Assunto: Encaminhamento do Parecer CAAE 0020/10 TCC 020/10


Prezados Pesquisadores,

Informamos que o CAAE 0020/10 TCC 020/10 referente ao projeto “**A aceitação incondicional na estruturação do self**” atendeu a todas as solicitações apontadas; está **aprovado** por este Comitê de Ética em Pesquisa e está em condições de ser iniciado.

Ressaltamos a necessidade de atenção aos Incisos IX.1 e IX.2 da Resolução 196/96 CNS/MS concernentes às responsabilidades do pesquisador no desenvolvimento do projeto.

Após o seu encerramento, solicitamos o envio do relatório, conforme anexo, até 04 de julho de 2010.

Cordialmente,


Marília de Queiroz Dias Jacome
Comitê de Ética em Pesquisa – UniCEUB
Coordenadora